

UNIPORT WORKSHOP

| Ein Bericht von Elisabeth Wimmer und Julia Oppenauer

Am 16. Mai 2019 absolvierte ein Teil der ‚Class of Excellence‘ ein Bewerbungstraining von Uniport. Der Workshop stand unter dem Motto ‚Wer suchet der findet! Gut gestärkt in die Jobsuche.‘ und wurde von den Karriereberaterinnen und Coaches Mag.^a Daniela Wittinger und Silke Kaufmann, MSc geleitet.

UNIPORT ¹

Uniport ist das Karriereservice der Universität Wien.

Sie sind

- Servicestelle
- Ermutiger
- Chancen-Eröffner

und bieten

- Coaching & CV-Check
- Workshops
- Persönlichkeitsanalyse

sowie eine Begleitung durch 4 Phasen:

- Phase 1: Wer bin ich, was kann ich, was will ich?
- Phase 2: Welche Positionen gibt es?
- Phase 3: Wo finde ich mich wieder?
- Phase 4: Wie präsentiere ich mich optimal?

WORKSHOP

Zum Kennenlernen der Gruppe stellten uns Daniela und Silke ein paar Fragen und baten uns, je nach Selbsteinschätzung, uns räumlich zu gruppieren - von ‚sehr [viel]‘ bis ‚gar nicht / keine‘. Dabei ging es zum Beispiel um bereits gesammelte Berufserfahrungen und Selbstreflexion.

Weiters wurden auch gleich zu Beginn unsere Erwartungen an diesen Workshop auf einem Flipchart festgehalten, um so im Laufe des Vormittages individuell auf bestimmte Themen einzugehen.

In einem relativ kurzen Vortrag ist vor allem auf die 4 Phasen des Bewerbungsprozesses näher eingegangen worden. Der Bewerbungsprozess beginnt nämlich nicht , so wie die meisten Menschen vermuten, mit dem Bewerbungsschreiben, sondern in Wahrheit sollte

¹ <https://www.uniport.at/uniport-beratung-coaching/>

der erste Punkt die Selbstreflexion und Standortbestimmung sein. In Phase 2 folgt die Exploration des derzeitigen Arbeitsmarkts, wo man sich darüber informieren sollte, welche Jobs momentan überhaupt angeboten werden, welche Bezahlung man sich erwarten kann etc. Danach legt man den Fokus auf seinen persönlichen Arbeitsmarkt und erst in der letzten Phase startet die Bewerbung an sich, bei der es um eine gute Präsentation der eigenen Person und die Kommunikation mit anderen geht.

In diesem ganzen Bewerbungsprozess ist es sehr essentiell, dass man seine eigenen Interessen, Stärken und Ziele kennt. Wir wurden ermutigt uns zuerst eigenständig Gedanken zu den beiden Themen ‚Meine Stärken‘ [Was geht mir leicht von der Hand? Fremdbild versus Selbstbild - Was sagen andere über mich, was ich gut kann? Kompetenzen, über die ich verfüge - 3 fachliche Stärken] und ‚Mein Weg zum Job‘ [Welche Kanäle / Wege nutze ich für meine Jobsuche? Was hat bisher gut funktioniert, was nicht? Worauf habe ich in der Jobsuche Einfluss, worauf nicht? Welche Kanäle möchte ich künftig (mehr) nutzen?] zu machen. Anschließend wurden diese Themen in Kleingruppen behandelt. Dabei beschäftigte sich ein Teil speziell mit dem Thema ‚Jobsuche‘ [Welche Strategien kenne ich? Was ist wichtig, damit die Jobsuche gelingt?] und der andere Teil mit ‚Stärken und Kompetenzen‘ [Wie kann ich noch mehr über meine Stärken herausfinden? Wie finde ich heraus, welcher Job / welche Branche zu mir passt?]. Danach wurde jede Gruppe gebeten ihre Ergebnisse zu präsentieren.

Um eine eigene Standortbestimmung vornehmen zu können, ist eine Reflexion unabdingbar. Für die Analyse der Stärken und Ressourcen sind sichtbar gemachte Erfolge sehr wichtig und genau darum ging es in der nächsten Gruppenarbeit. Die Aufgabe war es, in kleinen Gruppen, den anderen von einer persönlichen Erfolgsgeschichte zu erzählen. Dies konnten Lern- und Prüfungserfolge sein, Erfolge bei beruflichen oder ehrenamtlichen Tätigkeiten, Erfolge im Sport, aber auch persönliche Entwicklungsleistungen. Unter anderem sollte darauf eingegangen werden, welche Probleme oder Widrigkeiten dafür überwunden werden mussten und, falls es Rückschläge oder Probleme gab, wie man damit umgegangen ist. Der Erfolg wurde in den Kleingruppen genauestens analysiert und der Fokus lag dabei vor allem auf den Ressourcen, die diesen Erfolg ermöglicht haben.

Zum Abschluss wurden noch einige offene Fragen bezüglich schriftlicher Bewerbung [Lebenslauf, Motivationsschreiben] und Bewerbungsgespräch geklärt.

Die Class of Excellence bedankt sich bei Uniport für diesen äußerst lehrreichen und spannenden Workshop!